



Foto: Kirkens Nødhjelp

## KJÆRLEIK

Frå og med fastelavnssøndag

Symbolet til Kirkens Nødhjelp med hendene og dua er henta frå bibelforteljinga om Noah. Då storflaumen var over lova Gud at han skulle verne livet mot dødskreftene. For å gje Noah eit synleg teikn på dette sette Gud regnbogen på himmelen. Regnbogen er eit håpsteikn, eit teikn på at ei ny byrjing alltid er mogleg. Dette håpsteiknet tar vi med oss inn i fastetida.

**Kjære Gud, takk for fastetida. Den gjev rom for både handling og refleksjon. Lat oss ikkje verta for sjølvopptekne, men hjelp oss så vi rettar blikket utover og ser dei mange som treng din kjærleik. Og minn oss daglig om at det er vi som er dine hender og føter.**



Foto: Håvard Bjelland/Kirkens Nødhjelp

## FORANDRING

Frå og med 1. søndag i fastetida

– Vatnet har vore heilt avgjerande for landsbyen min. Eg går mykje på tur, og drikk ofte vatn, fortel 15 år gamle Rachelle El Debs. Landsbyen Deir el Ghazal i Libanon var heilt utan vatn i 40 år. Det bestemte Kirkens Nødhjelp seg for å gjere noko med. Det er bygd solcellepanel, vasstank og kopla til vassrøyr, som gjev vatn til 3000 menneske. Vatnet har gjort at Rachelle ikkje må flytte frå landsbyen sin, men får bu heime og vere saman med vener og familie.

**Kjære Gud, du som skaper alle menneske i ditt bilete. Lat oss sjå kvarandre slik du ser oss, så vi ikkje vert freista til å laga skilje mellom oss og dei andre. Hjelp oss så vi kan bidra til at alle menneske får dei grunnleggjande rettane sine til vatn, mat og tryggleik.**



**KIRKENS NØDHJELP**  
actalliance



Foto: Håvard Bjelland/Kirkens Nødhjelp

## RETTFERD

Frå og med 2. søndag i fastetida

Saman for ei rettferdig verd. Det er slagordet til Kirkens Nødhjelp. Det er veldig mykje i verda i dag som er urettferdig. I landa der Kirkens Nødhjelp jobbar, samarbeider vi med lokale partnarar og kyrkjesamfunn som kjenner godt til tilhøva. I Libanon jobbar vi for å bekjempe kjønnsbasert vald og skaffe reint vatn. Dei religiøse leiarane er influensarar for rettferd. I kyrkjerommet snakkast det om tema som både er vanskelege og utfordrande. Det skapar endring.

**Kjære Gud, du som skaper og frigjer. Takk for at du har gjeve oss jorda. Minn oss alltid på at vi har henne til låns. Gje oss mot til å forandra fastlåste tankesett, og bruk evnene våre til å ta vare på kloden vår. Hjelp leiarane våre til å gjera berekraftige val og vedtak.**



**KIRKENS NØDHJELP**  
actalliance



Foto: Håvard Bjelland/Kirkens Nødhjelp

## HÅP

Frå og med 3. søndag i fastetida

Kirkens Nødhjelp ser håp kvar einaste dag. Det er håp i kvart enkelt menneske og håp i ein drope vatn. Ali Bou drøynde om å bli musikar. Men først då landsbyen fekk vasstank på 800 000 liter og solcellepanel, kunne han dyrke grønsaker slik at han fekk pengar til å studere. No er han storleverandør av tomatar i heile distriktet og ein ettertrakta musikklærar. Det gjev inntekt, tryggleik og håp for framtida.

**Kjære Gud, takk for at du har gjeve oss evnen til å håpa. La oss bruka håpet til å skapa forandring i oss og rundt oss. Gje oss mot til å ta vare på skaparverket ditt også når det kostar. Gje krefter og kreativitet og heilagt utålmod.**



**KIRKENS NØDHJELP**  
actalliance



Foto: Håvard Bjelland/Kirkens Nødhjelp

## VATN

Frå og med 4. søndag i fastetida

Reint vatn er meir enn berre vatn. Reint vatn er ein nøkkel til liv, helse, likestilling og fred. Vatn går som ein «blå tråd» gjennom dei fleste av prosjekta til Kirkens Nødhjelp. Å kjempe mot fattigdom er å gje menneske moglegheiter. Vi ser at reint vatn forandrar liv og forenklar kvardagen til millionar av menneske. Vatn forandrar alt.

**Kjære Gud, takk for dine livgjevande dråpar. Dei stiller tørsten og gjev oss nye krefter. Hjelp oss å sjå at vatn skaper rettferd, og til å forstå kor verdfullt vatnet er så vi ikkje ureinar eller sløser med dine gode gåver. Takk også for dåpsvatnet som gjev oss nytt liv.**



**KIRKENS NØDHJELP**  
actalliance



Foto: Håvard Bjelland/Kirkens Nødhjelp

## FELLESSKAP

Frå og med Maria bodskapsdag

I Bekaa-dalen og byen Deir el Ghazal i Libanon bur syriske flyktningar og libanesarar side om side. Krigen i Syria har lagt eit stort press på området. Difor syter Kirkens Nødhjelp for vatn til både flyktningar og lokalsamfunn. Ein av dei som har jobba med å få dette til, er vassingeniøren Sanaa Al Asaad. Ho er flyktning frå Syria og no tilsett i Kirkens Nødhjelp i Libanon. – Vatn reddar og forandrar liv, det ser eg kvar einaste dag, seier Sanaa.

**Kjære Gud, du møter oss menneske med nåde og fred. Takk for alle som brukar dei sjansane dei har til å skapa ei meir rettferdig verd. Hjelp oss å byggja fellesskap, og velsign alle som er med på Kirkens Nødhjelps fasteaksjon.**



**KIRKENS NØDHJELP**  
actalliance



## DEN STILLE VEKA

Frå og med palmesøndag

Korset på bildet er frå Etiopia, og står i kapellet til Kirkens Nødhjelp. Det er eit synleg teikn på at vi tilhører ei verdsvid kyrkje. Korset har ein vertikal og ein horisontal akse. Det utfordrar oss til å vere både himmelvende og vende mot vår neste. I trua er det rom for både stillheit og engasjement for andre. Bøn og handling er eitt.

**Kjære Gud, takk for at du gav oss Sonen din, Jesus Kristus, som vart prøvd i alt. Ver med alle som opplever sorg og smerte. Vi ber om fred og rettferd for alle menneske. Og minn oss daglig om at det er vi som er dine hender og føter.**



**KIRKENS NØDHJELP**  
actalliance